

UNIVERSIDAD NACIONAL DANIEL ALCIDES CARRION

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

ESCUELA DE FORMACIÓN PROFESIONAL DE ENFERMERÍA



TESIS

Efectividad del orégano (*origanum vulgare*) en el tratamiento de los espasmos abdominales en personas de 15 – 30 años que viven en el Pueblo Joven Columna Pasco Enero – Abril del 2018

Para optar el título profesional de:

Licenciada en Enfermería

Autores: Bach. Jimena Matilde CHAMORRO MONAGO

Bach. Diana Carolina PAMPA MAMANI

Asesor: Mg. Elda Nelly MOYA MALAGA

Cerro de Pasco - Perú - 2019

UNIVERSIDAD NACIONAL DANIEL ALCIDES CARRION

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

ESCUELA DE FORMACIÓN PROFESIONAL DE ENFERMERÍA



TESIS

Efectividad del orégano (*origanum vulgare*) en el tratamiento de los espasmos abdominales en personas de 15 – 30 años que viven en el Pueblo Joven Columna Pasco – Enero –Abril del 2018

Sustentada y aprobada ante los miembros del jurado:

.....  
Dr. Loli CABRERA ALVARADO  
PRESIDENTE

.....  
Mg. Isaías Fausto MEDINA ESPINOZA  
MIEMBRO

.....  
Mg. Flor Marlene SACHÚN GARCÍA  
MIEMBRO

## DEDICATORIA

A nuestros padres, hermanos y familiares  
por su apoyo desinteresado durante  
nuestra formación profesional  
en enfermería

## RECONOCIMIENTO

A nuestros padres, docentes y familiares por su apoyo incondicional durante nuestra formación profesional como licenciadas en enfermería

## RESUMEN

El orégano (*Origanum vulgare*) es mucho más que un condimento para la pizza. Su nombre significa “la alegría de la montaña”, se utiliza en remedios naturales desde hace miles de años y es esencial en la cocina mediterránea. Combina muy bien en aderezos para ensaladas, o con quesos, carnes y huevos. Se puede utilizar fresco, pero el aroma de sus hojas se intensifica con el secado. Al igual que otras hierbas, el orégano pierde su sabor con la cocción, por lo que es mejor añadirlo al final de la preparación.<sup>1</sup>

El orégano contiene vitaminas A, C E y K, así como fibra, folato, hierro, magnesio, vitamina B6, calcio y potasio. Además, el orégano, que algunas veces es llamado “mejorana” contiene potentes fotoquímicos que ofrecen potenciales beneficios de salud.<sup>1</sup>

Según Fitoterapia: vademécum de prescripción de Alejandro Arteché y Juan Ignacio Güenechea Salazar, un libro imperdible para saberlo todo de las plantas y hierbas, la planta del orégano posee flavonoides, taninos, ácidos fenólicos, aceite esencial (carvacrol, timol, origaneno). Por todo ello, si lo sabemos utilizar, nos podemos beneficiar fácilmente de las propiedades medicinales del orégano.<sup>1</sup>

El orégano cuenta con una gran cantidad de propiedades que pueden ser de gran ayuda para mejorar muchos aspectos del organismo, entre las que destacan sus propiedades antioxidantes y antimicrobianas. El orégano también se considera una tónica y cuenta con una propiedad digestiva. En la medicina natural austriaca se utiliza la infusión del orégano para el tratamiento de trastornos en el tracto gastrointestinal. Para aliviar los síntomas de los resfriados y catarrros, prepárate una infusión con hojas de orégano. Pon una cucharadita de hojas secas de orégano en

una taza, agrega agua caliente, tapa y deja reposar 3 minutos. Después cuele y bebe cuando se temple. En general, el orégano es una planta medicinal muy beneficiosa para afecciones del aparato respiratorio debido a su efecto antiinflamatorio, analgésico y tiene un gran poder antiinflamatorio. Científicos de la Universidad de Bonn (Alemania), y la ETH de Zurich (Suiza), identificaron un ingrediente activo en el orégano, conocido como beta-cariofilina (E-BCP), que puede ser útil contra trastornos como la osteoporosis y la arteriosclerosis.<sup>1</sup>

Debido a la gran cantidad de ácidos fenólicos y flavonoides que tiene. También se cree que tiene una gran cantidad de poder para eliminar los virus que pueden venir a través del contagio de los alimentos. El principio activo que tiene el orégano es el flavonol retusin, y sus aceites se destacan por tener monoterpenoides y monoterpenos.<sup>1</sup>

El problema a investigar es: ¿Cómo es la efectividad del orégano (*origanum vulgare*) en el tratamiento de los espasmos abdominales en personas de 15 – 30 años que viven en el Pueblo Joven Columna Pasco – Enero –Abril del 2018?

El objetivo general es: Determinar la efectividad del orégano (*origanum vulgare*) en el tratamiento de los espasmos abdominales en personas de 15 – 30 años que viven en el Pueblo Joven Columna Pasco.

Los Objetivos específicos son: Determinar la población a estudiar, clasificar a la población de acuerdo a edad, sexo, estado civil, procedencia, grado de instrucción, ingreso económico, orientación recibida de las propiedades del orégano, etc, Identificar el nivel de conocimiento de las propiedades curativas del orégano (*origanum vulgare*), relacionar el uso del orégano (*origanum vulgare*) en

el tratamiento de los espasmos abdominales en personas de 15 – 30 años que viven en el Pueblo Joven Columna Pasco.

El propósito es: Fomentar el uso del orégano (*origanum vulgare*) en el tratamiento de los espasmos abdominales en personas de 15 – 30 años que viven en el Pueblo Joven Columna Pasco

La Hipótesis es: “El uso adecuado del orégano (*origanum vulgare*) influye favorablemente en el tratamiento de los espasmos abdominales en personas de 15 – 30 años que viven en el Pueblo Joven Columna Pasco”

Las conclusiones más importantes son las siguientes:

1.- De un total 32 (100%), la mayoría son de sexo masculino con un 43.7 % (14), seguido del sexo femenino, representado por el 56.3 % (18).

2.- La mayoría de las personas tienen entre 15 a 20 años con un 50% (16), los que tienen entre 21 a 25 años con un 31.2 % (10) y de 26 a 30 años con un 18.8 % (6).

3.- De un total 32 (100%), la mayoría procede de Columna Pasco, con un 68.7 % (22), seguido los que proceden de Chaupimarca, representado por el 18.8 % (6) y los que proceden de otro lugar con un 12.5% (4).

4.- La mayoría de las personas son solteros con un 46.9 % (15), los casados con un 34.4 % (11) y los que tienen otra condición con un 18.7 % (6).

5.- De un total 32 (100%), la mayoría tiene un ingreso económico bajo, con un 56.3 % (18), seguido los que tienen ingreso económico medio 34.4 % (11), y los que tienen ingreso económico alto con un 9.3% (3).

6.- La mayoría de las personas cursaron el nivel primario con un 50 % (16), los que estudiaron en nivel secundario con un 37.5 % (12) y los que estudiaron el nivel superior con un 12.5 % (4).

7.- De acuerdo al nivel de conocimiento de las propiedades curativas del orégano (*origanum vulgare*), la mayoría recibió una orientación óptima, con un 50 % (16), seguido los que recibieron una orientación medianamente óptima, con un 37.5 % (12) y los que tuvieron una orientación no óptima con un 12.5 % (4).

8.- De acuerdo al nivel de conocimiento de las propiedades curativas del orégano (*origanum vulgare*), la mayoría de las personas presentaron un nivel de conocimiento apropiado con un 62.5 % (20) seguido los que tuvieron un nivel de conocimiento medianamente apropiado con un 28.1 % (9) y los que tuvieron un nivel de conocimiento inapropiado con un 9.4 % (3).

9.- La mayoría recibió un tratamiento con orégano (*origanum vulgare*) de manera favorable, con un 71.9 % (23), seguido los que recibieron un tratamiento medianamente favorable, representado por el 25% (8), en tercer lugar se encuentra los que recibieron un tratamiento desfavorable con un 3.1 % (1).

10.- De acuerdo al uso del orégano, la mayoría de las personas usaron adecuadamente con un 68.8 % (22), los que usaron medianamente adecuado con un 28.1 % (9) y los que usaron inadecuadamente con un 3.1 % (1).

**Palabra Clave:** Nivel de conocimiento, Propiedades Curativas.

## **ABSTRACT**

Oregano (*Origanum vulgare*) is much more than a condiment for pizza. Its name means "the joy of the mountain", it has been used in natural remedies for thousands of years and is essential in Mediterranean cuisine. It combines very well in dressings for salads, or with cheeses, meats and eggs. It can be used fresh, but the aroma of its leaves intensifies with drying. Like other herbs, oregano loses its flavor with cooking, so it is best to add it at the end of the preparation.<sup>1</sup>

Oregano contains vitamins A, C E and K, as well as fiber, folate, iron, magnesium, vitamin B6, calcium and potassium. In addition, oregano, which is sometimes called "marjoram," contains potent phytochemicals that offer potential health benefits.<sup>1</sup>

According to *Fitoterapia: prescription vademecum* by Alejandro Arteché and Juan Ignacio Güenechea Salazar, a book you can not miss to know everything about plants and herbs, the oregano plant has flavonoids, tannins, phenolic acids, essential oil (carvacrol, thymol, origanene). Therefore, if we know how to use it, we can easily benefit from the medicinal properties of oregano.<sup>1</sup>

Oregano has a lot of properties that can be of great help to improve many aspects of the body, among which its antioxidant and antimicrobial properties. Oregano is also considered a tonic and has a digestive property. In Austrian natural medicine the infusion of oregano is used for the treatment of disorders in the gastrointestinal tract. To relieve the symptoms of colds and colds, prepare an infusion with oregano leaves. Put a teaspoon of dried oregano leaves in a cup, add hot water, cover and let stand 3 minutes. Then strain and drink when it is tempered. In general, oregano is a very beneficial medicinal plant for respiratory diseases due

to its anti-inflammatory, analgesic and has a great anti-inflammatory power. Scientists from the University of Bonn (Germany), and the ETH Zurich (Switzerland), identified an active ingredient in oregano, known as beta-caryophylline (E-BCP), which may be useful against disorders such as osteoporosis and arteriosclerosis .one

Due to the large amount of phenolic acids and flavonoids that it has. It is also believed that it has a large amount of power to eliminate viruses that may come through the transmission of food. The active principle of oregano is flavonol retusin, and its oils are noted for having monoterpenoids and monoterpenes.1

The problem to investigate is: How is the effectiveness of oregano (*origanum vulgare*) in the treatment of abdominal spasms in people of 15 - 30 years living in the Young People Column Pasco - January -April 2018?

The general objective is: To determine the effectiveness of oregano (*origanum vulgare*) in the treatment of abdominal spasms in people aged 15 - 30 years living in the Pasco Column Young People.

The specific objectives are: Determine the population to be studied, classify the population according to age, sex, marital status, origin, degree of instruction, economic income, orientation received from the properties of oregano, etc., Identify the level of knowledge of The healing properties of oregano (*origanum vulgare*), relate the use of oregano (*origanum vulgare*) in the treatment of abdominal spasms in people of 15 - 30 years living in the Young People Column Pasco.

The purpose is to: Promote the use of oregano (*origanum vulgare*) in the treatment of abdominal spasms in people aged 15 - 30 years living in the Pasco Column Young People

The Hypothesis is: "The proper use of oregano (*origanum vulgare*) favorably influences the treatment of abdominal spasms in people of 15 - 30 years living in the Pasco Column Young People"

The most important conclusions are the following:

1.- Of a total of 32 (100%), most are male with 43.7% (14), followed by the female sex, represented by 56.3% (18).

2.- The majority of people are between 15 and 20 years old with 50% (16), those between 21 and 25 years old with 31.2% (10) and between 26 and 30 years old with 18.8% (6) .

3.- Of a total 32 (100%), the majority comes from Columna Pasco, with 68.7% (22), followed by those from Chaupimarca, represented by 18.8% (6) and those from another place with 12.5% (4).

4.- Most people are single with 46.9% (15), married with 34.4% (11) and those with another condition with 18.7% (6).

5.- Of a total of 32 (100%), most have a low economic income, with 56.3% (18), followed by those with an average economic income of 34.4% (11), and those with a high economic income with a 9.3% (3).

6.- The majority of people attended the primary level with 50% (16), those who studied at the secondary level with 37.5% (12) and those who studied the upper level with 12.5% (4).

7.- According to the level of knowledge of the healing properties of oregano (*origanum vulgare*), the majority received an optimal orientation, with 50% (16), followed by those that received a moderately optimal orientation, with 37.5% (12) and those that had a non optimal orientation with 12.5% (4).

8.- According to the level of knowledge of the healing properties of oregano (*origanum vulgare*), most people presented an appropriate level of knowledge with 62.5% (20) followed by those who had a level of knowledge fairly appropriate with a 28.1% (9) and those who had a level of inappropriate knowledge with a 9.4% (3).

9.- The majority received a treatment with oregano (*origanum vulgare*) in a favorable way, with 71.9% (23), followed by those that received a medium favorable treatment, represented by 25% (8), in third place were the who received unfavorable treatment with 3.1% (1).

10.- According to the use of oregano, most people used adequately with 68.8% (22), those who used moderately adequate with 28.1% (9) and those who used inadequately with 3.1% (1).

**Keywords:** level of knowledge, healing properties

## INTRODUCCIÓN

El orégano es un buen aliado contra la actividad microbiana. El aceite de orégano, por ejemplo, es un potente antimicrobiano, debido a que contiene un compuesto esencial llamado carvacol. Según el doctor Juan Ignacio Güenechea, sus propiedades son tan intensas que puede incluso aniquilar al *Staphylococcus aureus* resistente a la meticilina y a otros antibióticos.<sup>1</sup>

El orégano se puede utilizar para tratar trastornos gastrointestinales, dolores menstruales, dolor de oído, bronquitis, dolores musculares, dolor de muelas, alergias, fatiga, dolor de cabeza y trastornos de las vías urinarias. También puede aplicarse por vía tópica para ayudar a tratar una serie de enfermedades de la piel, como el acné y la caspa.<sup>1</sup>

El Orégano (*Origanum Vulgare*) es una planta medicinal con propiedades digestivas, carminativas, antioxidantes y expectorantes. Aunque solemos asociarlo más como complemento para dar sabor y aroma a nuestras comidas, infaltable en la pizza, por ejemplo.<sup>2</sup>

La verdad que el orégano es una de las medicinas más potentes que tenemos en casa y muchas veces lo desconocemos, es por eso que hoy voy a mostrarles algunos de los beneficios de esta planta y cómo podemos usarla para curar varias dolencias. El orégano es una planta originaria de Europa y Asia, se puede consumir tanto fresco como seco, y es muy habitual en la cocina sobre todo por su fuerte y agradable aroma.<sup>2</sup>

Podemos cultivarlo en una maceta en la ventana de la cocina, no es muy exigente y no para de crecer. Esta hierba es perfecta para curar enfermedades respiratorias y enfermedades del estómago. El extracto de aceite de orégano ayuda

a combatir los resfriados, la fiebre y la indigestión. En cualquiera de las presentaciones los principios activos se encuentran presentes, por facilidad es más habitual usarlo en seco, el aceite posee una mayor concentración por lo que es el más efectivo y se debe usar de forma adecuada y en dosis controladas, ver más abajo las formas de uso y dosificación. Propiedades digestivas, es un gran regulador de todo el sistema digestivo, sobre todo recomendado para casos de espasmos intestinales, gracias a sus principios activos como el timol, el carvacrol, el borneol y el ácido cafeico. También posee sustancias hepatoprotectoras, por lo que es bueno para el hígado.<sup>2</sup>

El orégano ayuda a combatir los síntomas de la gastritis y a reparar el tejido dañado en el tracto digestivo. Propiedades carminativas, el timol y el carvacrol son antiespasmódicos y caminativos, por lo que una infusión de orégano puede acabar rápidamente con flatulencias y otras molestias.<sup>2</sup>

El Orégano es un potente antihistaminico sumado a sus propiedades como antiinflamatorio y antibiótico lo vuelve ideal para el tratamiento de todo tipo de enfermedades respiratorias. El Orégano tiene potentes propiedades antiinflamatorias y antiespasmódicas. Por contener un alto nivel de timol, el orégano también fortalece los músculos del cuerpo. Potente antibiótico: se dice que es el antibiótico natural más potente que hay, esto es debido a la gran cantidad de polifenoles en su aceite esencial, como el timol. Estudio sobre el poder antibiótico del orégano, la salvia y el tomillo: Esta planta es capaz de desintoxicar el cuerpo, principalmente el hígado, además de suministrar muchos minerales. Siempre que se habla de tratamiento natural para la piel, la gente suele pensar en muchos productos ricos en antioxidantes y otros nutrientes.<sup>2</sup>

El orégano, contiene altas concentraciones de antioxidantes, esto significa que su uso evita el envejecimiento precoz y mantiene la piel sana. Mejora la salud ósea: Como ya dijimos, el orégano es capaz de fortalecer los huesos, gracias a la vitamina K. Pero no es sólo eso: la hierba es rica en calcio y hierro, necesarios para mantener la salud de los huesos y prevenir la osteoporosis.<sup>2</sup>

Esta planta no solo cura, sino que alimenta, tiene sobre todo varios minerales fundamentales como el Potasio y Calcio y varios antioxidantes y vitaminas de gran importancia como la tiamina.<sup>2</sup>

El problema a investigar es: ¿Cómo es la efectividad del orégano (*origanum vulgare*) en el tratamiento de los espasmos abdominales en personas de 15 – 30 años que viven en el Pueblo Joven Columna Pasco – Enero –Abril del 2018?

El objetivo general es: Determinar la efectividad del orégano (*origanum vulgare*) en el tratamiento de los espasmos abdominales en personas de 15 – 30 años que viven en el Pueblo Joven Columna Pasco.

Los Objetivos específicos son: Determinar la población a estudiar, clasificar a la población de acuerdo a edad, sexo, estado civil, procedencia, grado de instrucción, ingreso económico, orientación recibida de las propiedades del orégano, etc, Identificar el nivel de conocimiento de las propiedades curativas del orégano (*origanum vulgare*), relacionar el uso del orégano (*origanum vulgare*) en el tratamiento de los espasmos abdominales en personas de 15 – 30 años que viven en el Pueblo Joven Columna Pasco.

El propósito es: Fomentar el uso del orégano (*origanum vulgare*) en el tratamiento de los espasmos abdominales en personas de 15 – 30 años que viven en el Pueblo Joven Columna Pasco

La Hipótesis es: “El uso adecuado del orégano (*origanum vulgare*) influye favorablemente en el tratamiento de los espasmos abdominales en personas de 15 – 30 años que viven en el Pueblo Joven Columna Pasco”.

El informe de investigación incluye fundamentalmente lo siguiente: resumen, introducción, material y métodos, resultados, discusión, conclusiones, recomendaciones, bibliografía y anexos

## INDICE

DEDICATORIA	
AGRADECIMIENTO	
RESUMEN	
ABSTRACT	
INTRODUCCION	
INDICE	

### CAPITULO I

#### PROBLEMA DE INVESTIGACION

1.1. Identificación y determinación del problema	19
1.2. Delimitación de la investigación	20
1.3. Formulación del problema	20
1.3.1. Problema principal	20
1.3.2. Problemas específicos	20
1.4. Formulación de objetivos	21
1.4.1. Objetivo general	21
1.4.2. Objetivos específicos	21
1.5. Justificación de la investigación	21
1.6. Limitaciones de la investigación	21

### CAPITULO II

#### MARCO TEÓRICO

2.1 Antecedentes del estudio	22
2.2 Bases teóricas – científicas	25
2.3 Definición de términos básicos	30
2.4 Formulación de la hipótesis	31
2.4.1 Hipótesis General	31
2.4.2 Hipótesis Específicas	31
2.5 Identificación de variables	32
2.6 Definición operacional de variables e indicadores	32

### CAPITULO III

#### METODOLOGIA Y TECNICAS DE INVESTIGACION

3.1. Tipo de investigación	33
3.2. Métodos de investigación	33
3.3. Diseño de investigación	34
3.4. Población y muestra	34
3.5. Técnicas e instrumentos de recolección de datos	34
3.6. Técnicas de procesamiento y análisis de datos	35
3.7. Tratamiento estadístico	35
3.8. Selección, validación y confiabilidad de los instrumentos e investigación	35
3.9. Orientación ética	36

### CAPITULO IV

#### RESULTADOS Y DISCUSION

4.1. Descripción del trabajo de campo	37
4.2. Presentación, análisis e interpretación de resultados	38
4.3. Prueba de hipótesis	48
4.4. Discusión de resultados	48

CONCLUSIONES

RECOMENDACIONES

BIBLIOGRAFIA

ANEXOS

- Instrumentos de Recolección de datos

## **CAPITULO I**

### **PROBLEMA DE INVESTIGACION**

#### **1.1. Identificación y determinación del problema**

Los espasmos esofágicos son contracciones dolorosas dentro del tubo muscular que conecta la boca y el estómago (esófago). Los espasmos esofágicos se pueden sentir como un dolor en el pecho repentino e intenso que dura desde unos pocos minutos a horas. Los espasmos esofágicos por lo general se producen solo ocasionalmente y pueden no necesitar tratamiento. Pero a veces los espasmos son frecuentes y pueden evitar que la comida y los líquidos atraviesen el esófago. Si los espasmos esofágicos interfieren en tu habilidad para comer o beber, hay tratamientos disponibles.<sup>5</sup>

Algunos de los signos y síntomas de los espasmos esofágicos son: Dolor opresivo en el pecho. Por lo general, el dolor es intenso y puede confundirse con dolor en el corazón (angina de pecho). Dificultad para tragar, a veces relacionada con tragar sustancias específicas, como el vino tinto o bebidas

extremadamente calientes o frías. La sensación de que un objeto quedó trabado en la garganta. El regreso de la comida y los líquidos nuevamente al esófago (regurgitación).<sup>5</sup>

Por todo ello hemos decidido realizar el siguiente trabajo de investigación:  
¿Cómo es la efectividad del orégano (*origanum vulgare*) en el tratamiento de los espasmos abdominales en personas de 15 – 30 años que viven en el Pueblo Joven Columna Pasco – Enero –Abril del 2018?

## **1.2. Delimitación de la investigación**

¿El trabajo de investigación se llevó a cabo en el Pueblo Joven Columna Pasco – Yanacancha- Cerro de Pasco - durante los meses de Enero –Abril del 2018?

## **1.3. Formulación del problema**

### **1.3.1. Problema principal**

¿Cómo es la efectividad del orégano (*origanum vulgare*) en el tratamiento de los espasmos abdominales en personas de 15 – 30 años que viven en el Pueblo Joven Columna Pasco – Enero –Abril del 2018?

### **1.3.2. Problemas específicos**

- a. ¿Cómo es la efectividad del orégano (*origanum vulgare*)?
- b. ¿Cómo es el tratamiento de los espasmos abdominales en personas de 15 – 30 años?
- c. ¿Cómo es la relación del uso del orégano (*origanum vulgare*) en el tratamiento de los espasmos abdominales en personas de 15 – 30 años que viven en el Pueblo Joven Columna Pasco?

## **1.4. Formulación de objetivos**

### 1.4.1. Objetivo general

Determinar la efectividad del orégano (*origanum vulgare*) en el tratamiento de los espasmos abdominales en personas de 15 – 30 años que viven en el Pueblo Joven Columna Pasco.

### 1.4.2. Objetivos específicos:

- a. Determinar la población a estudiar.
- b. Clasificar a la población de acuerdo a edad, sexo, estado civil, procedencia, grado de instrucción, ingreso económico, orientación recibida de las propiedades del orégano, etc.
- c. Identificar el nivel de conocimiento de las propiedades curativas del orégano (*origanum vulgare*).
- d. Relacionar el uso del orégano (*origanum vulgare*) en el tratamiento de los espasmos abdominales en personas de 15 – 30 años que viven en el Pueblo Joven Columna Pasco.

## **1.5. Justificación de la investigación**

La investigación se justifica porque es un problema de salud que afecta a gran cantidad de la población y urge la necesidad de buscar una solución con la ayuda de plantas medicinales que son un producto barato y es accesible a las grandes mayorías.

## **1.6. Limitaciones de la investigación**

Ninguna

## **CAPITULO II**

### **MARCO TEÓRICO**

#### **2.1. Antecedentes del estudio**

2.1.1. Según, Achachau Vasquez Dastin Bladimir y Quispe Fernandez Geydi. 2016. Tesis: “plantas medicinales utilizadas como alternativa de tratamiento para afecciones del sistema digestivo en los pobladores del Barrio de Pucará – Huancayo”. Perú. Quienes concluyen que: De los resultados obtenidos respecto a las plantas medicinales utilizadas como alternativa de tratamiento para afecciones del sistema digestivo en los Pobladores del Barrio de Pucará – Huancayo, se concluye lo siguiente:

a) Los Pobladores del Barrio de Pucará – Huancayo, cuando están enfermos o tienen alguna dolencia relacionada al sistema digestivo, utilizan diversas plantas medicinales para su tratamiento, tales como: manzanilla, anís, orégano, menta, paico, hinojo, sangre de grado, hierva luisa, papaya, verbena, y cardo santo. b) Las enfermedades o dolencias relacionadas al sistema digestivo, por los cuales los Pobladores del

Barrio de Pucará – Huancayo utiliza plantas medicinales son las siguientes: gases, indigestión, dolor abdominal, diarrea, 49 gastritis, úlceras, vómitos, estreñimiento, dispepsia, esofagitis, colon irritable, apendicitis y estomatitis. c) El 77% de Pobladores del Barrio de Pucará – Huancayo, no conocen el uso adecuado de las plantas medicinales utilizadas como alternativa de tratamiento en afecciones del sistema digestivo y solo el 23% si conocen sobre su uso adecuado. d) Las formas de preparación de las plantas medicinales utilizadas como alternativa de tratamiento para afecciones del sistema digestivo por parte de los Pobladores del Barrio de Pucará – Huancayo, son: infusión, hervido, machacado y al vapor. e) El 96.50% de Pobladores del Barrio de Pucará– Huancayo si consideran que las plantas medicinales sería una alternativa de tratamiento para reducir costos y problemas relacionados al medicamento, y solo el 3.50% consideran que no sería una alternativa de tratamiento para dicho fin.<sup>3</sup>

2.1.2. Según, VILLAVICENCIO GASTELÚ, Jorge Eleodoro. 2017. Tesis Para optar el Grado Académico de Magíster en Estomatología “Efecto antimicótico in vitro del orégano (*Origanum vulgare*) en cepas de *Candida albicans* procedentes de la Estomatitis Sub Protésica” Universidad Nacional Mayor de San Marcos concluye que: Los aceites esenciales de *Origanum vulgare* L, (Jauja y Tacna), *Origanum x intercedens* (chinito) y el *Origanum x majoricum* (nigra) (Arequipa) poseen efecto antimicótico sobre las cepas de *Candida albicans* obtenido de pacientes con Estomatitis Sub Protésica. 2. El efecto

antimicótico de aceite esencial del *Origanum vulgare* L, (Tacna) sobre *Candida albicans* presenta Sensibilidad Límite a partir del 12,5% a Sumamente Sensible al 100% de concentración. 3. El efecto antimicótico de aceite esencial del *Origanum x intercedens* (chinito) y *Origanum x majoricum* “nigra (Arequipa) presentan Sensibilidad Límite a partir del 12,5% a Sensibilidad Media al 100%. de concentración. El efecto antimicótico de aceite esencial del *Origanum vulgare* L, (Jauja) sobre *Candida albicans* presenta Sensibilidad Límite del 50% al 100% de concentración. 4. La Concentración Mínima Inhibitoria (MIC) del *Origanum vulgare* L, (Tacna), *Origanum x intercedens* chinito y *Origanum x majoricum nigra* (Arequipa) para *Candida albicans* resultó 1,1542 µg/mL, (12,5%). La Concentración Mínima Inhibitoria (MIC) *Origanum vulgare* L, (Jauja) resultó 2,3085 µg/mL (25%). 5. En el estudio las cepas de *Candida albicans* procedentes de la Estomatitis Sub Protésica, resultaron sumamente sensibles al Miconazol (gel oral 20 mg/g) y resistentes a Clorhexidina (colutorio 0,12%); existe diferencias significativas en la actividad antimicótica in vitro de los AEO en concentraciones 12,5%, 25%, 50 % y 100% frente al Miconazol (gel oral 20 mg/g) y Clorhexidina (colutorio 0,12%). 72 6. Los principales quimiotipos de los diversos AEO en relación al geotipo, son: Timol tiene en 13,7 % promedio, en las variedades *Origanum x intercedens* (chinito), *Origanum x majoricum* (nigra) y *Origanum vulgare* L (Tacna) y 5,86% en *Origanum vulgare* L (Jauja). El carvacrol tiene 0, 59% promedio en las tres

primeras especies, no se encuentra en el *Origanum vulgare* L (Jauja). El p-Cimeno tiene 4,0% y solo esta presente en el *Origanum vulgare* (Jauja). Éste es antagonista del timol y carvacrol, 7. Se reafirma el resultado de otros estudios sobre la relación positiva de la acción antimicótica de los AEO y sus principios activos timol y carvacrol sobre la *Candida albicans*. 8. El rendimiento de extracción de AEO en las especies *Origanum vulgare* L (Jauja y Tacna), *Origanum x intercedens* “chinito” y el *Origanum x majoricum* (nigra)(Arequipa) fue entre 0,33% a 2,27%.<sup>4</sup>

## **2.2. Bases teóricas – científicas**

El orégano (*Origanum vulgare*) es mucho más que un condimento para la pizza. Su nombre significa “la alegría de la montaña”, se utiliza en remedios naturales desde hace miles de años y es esencial en la cocina mediterránea. Combina muy bien en aderezos para ensaladas, o con quesos, carnes y huevos. Se puede utilizar fresco, pero el aroma de sus hojas se intensifica con el secado. Al igual que otras hierbas, el orégano pierde su sabor con la cocción, por lo que es mejor añadirlo al final de la preparación.<sup>1</sup>

El orégano contiene vitaminas A, C E y K, así como fibra, folato, hierro, magnesio, vitamina B6, calcio y potasio. Además, el orégano, que algunas veces es llamado “mejorana” contiene potentes fitoquímicos que ofrecen potenciales beneficios de salud.<sup>1</sup>

Según Fitoterapia: vademecum de prescripción de Alejandro Arteché y Juan Ignacio Güenechea Salazar, un libro imperdible para saberlo todo de las plantas y hierbas, la planta del orégano posee flavonoides, taninos, ácidos

fenólicos, aceite esencial (carvacrol, timol, origaneno). Por todo ello, si lo sabemos utilizar, nos podemos beneficiar fácilmente de las propiedades medicinales del orégano.<sup>1</sup>

El orégano cuenta con una gran cantidad de propiedades que pueden ser de gran ayuda para mejorar muchos aspectos del organismo, entre las que destacan sus propiedades antioxidantes y antimicrobianas. El orégano también se considera un tónica y cuenta con una propiedad digestiva. En la medicina natural austriaca se utiliza la infusión del orégano para el tratamiento de trastornos en el tracto gastrointestinal. Para aliviar los síntomas de los resfriados y catarros, prepárate una infusión con hojas de orégano. Pon una cucharadita de hojas secas de orégano en una taza, agrega agua caliente, tapa y deja reposar 3 minutos. Después cuele y bebe cuando se temple. En general, el orégano es una planta medicinal muy beneficiosa para afecciones del aparato respiratorio debido a su efecto antiinflamatorio, analgésico y tiene un gran poder antiinflamatorio. Científicos de la Universidad de Bonn (Alemania), y la ETH de Zurich (Suiza), identificaron un ingrediente activo en el orégano, conocido como beta-cariofilina (E-BCP), que puede ser útil contra trastornos como la osteoporosis y la arteriosclerosis.<sup>1</sup>

Debido a la gran cantidad de ácidos fenólicos y flavonoides que tiene. También se cree que tiene una gran cantidad de poder para eliminar los virus que pueden venir a través del contagio de los alimentos. El principio activo que tiene el orégano es el flavonol retusin, y sus aceites se destacan por tener monoterpenoides y monoterpenos.<sup>1</sup>

El orégano es un buen aliado contra la actividad microbiana. El aceite de orégano, por ejemplo, es un potente antimicrobiano, debido a que contiene un compuesto esencial llamado carvacol. Según el doctor Juan Ignacio Güenechea, sus propiedades son tan intensas que puede incluso aniquilar al *Staphylococcus aureus* resistente a la meticilina y a otros antibióticos.<sup>1</sup>

El orégano se puede utilizar para tratar trastornos gastrointestinales, dolores menstruales, dolor de oído, bronquitis, dolores musculares, dolor de muelas, alergias, fatiga, dolor de cabeza y trastornos de las vías urinarias. También puede aplicarse por vía tópica para ayudar a tratar una serie de enfermedades de la piel, como el acné y la caspa.<sup>1</sup>

El Orégano (*Origanum Vulgare*) es una planta medicinal con propiedades digestivas, carminativas, antioxidantes y expectorantes. Aunque solemos asociarlo más como complemento para dar sabor y aroma a nuestras comidas, infaltable en la pizza por ejemplo.<sup>2</sup>

La verdad que el orégano es una de las medicinas más potentes que tenemos en casa y muchas veces lo desconocemos, es por eso que hoy voy a mostrarles algunos de los beneficios de esta planta y cómo podemos usarla para curar varias dolencias. El orégano es una planta originaria de Europa y Asia, se puede consumir tanto fresco como seco, y es muy habitual en la cocina sobre todo por su fuerte y agradable aroma.<sup>2</sup>

Podemos cultivarlo en una maceta en la ventana de la cocina, no es muy exigente y no para de crecer. Esta hierba es perfecta para curar enfermedades respiratorias y enfermedades del estómago. El extracto de aceite de orégano ayuda a combatir los resfriados, la fiebre y la indigestión.

En cualquiera de las presentaciones los principios activos se encuentran presentes, por facilidad es más habitual usarlo en seco, el aceite posee una mayor concentración por lo que es el más efectivo y se debe usar de forma adecuada y en dosis controladas, ver más abajo las formas de uso y dosificación. Propiedades digestivas, es un gran regulador de todo el sistema digestivo, sobre todo recomendado para casos de espamos intestinales, gracias a sus principios activos como el timol, el carvacrol, el borneol y el ácido cafeico. También posee sustancias hepatoprotectoras, por lo que es bueno para el hígado.<sup>2</sup>

El orégano ayuda a combatir los síntomas de la gastritis y a reparar el tejido dañado en el tracto digestivo. Propiedades carminativas, el timol y el carvacrol son antiespasmódicos y caminativos, por lo que una infusión de orégano puede acabar rápidamente con flatulencias y otras molestias.<sup>2</sup>

El Orégano es un potente antihistaminico sumado a sus propiedades como antiinflamatorio y antibiótico lo vuelve ideal para el tratamiento de todo tipo de enfermedades respiratorias. El Orégano tiene potentes propiedades anti-inflamatorias y antiespasmódicas. Por contener un alto nivel de timol, el orégano también fortalece los músculos del cuerpo. Potente antibiótico: se dice que es el antibiótico natural más potente que hay, esto es debido a la gran cantidad de polifenoles en su aceite esencial, como el timol. Estudio sobre el poder antibiótico del orégano, la salvia y el tomillo: Esta planta es capaz de desintoxicar el cuerpo, principalmente el hígado, además de suministrar muchos minerales. Siempre que se habla de tratamiento natural para la piel,

la gente suele pensar en muchos productos ricos en antioxidantes y otros nutrientes.<sup>2</sup>

El orégano, contiene altas concentraciones de antioxidantes, esto significa que su uso evita el envejecimiento precoz y mantiene la piel sana. Mejora la salud ósea: Como ya dijimos, el orégano es capaz de fortalecer los huesos, gracias a la vitamina K. Pero no es sólo eso: la hierba es rica en calcio y hierro, necesarios para mantener la salud de los huesos y prevenir la osteoporosis.<sup>2</sup>

Esta planta no solo cura sino que alimenta, tiene sobre todo varios minerales fundamentales como el Potasio y Calcio y varios antioxidantes y vitaminas de gran importancia como la tiamina.<sup>2</sup>

El espasmo de estómago o cardioespasmo también es llamado acalasia. Denominado por contracciones anormales de los músculos en el esófago, el conducto que lleva el alimento desde la boca hasta el estómago. Generalmente la causa del espasmo de estómago es una distonía del sistema nervioso en dicha zona. Es una enfermedad en la que se manifiesta una sensación de detención de los alimentos en algún punto de su recorrido. Con el tiempo aparecen dolores y una fuerte inflamación del estómago. Además, al dolor se le asocian náuseas, eructos, vómitos y mareos.<sup>6</sup>

Conocida como la rigidez abdominal, y espasmo estomacal, es una contracción poderosa e involuntaria de los músculos del abdomen. Durante un espasmo, el músculo se siente rígido y suave si se aplica presión. Los músculos abdominales principales son el transversal del abdomen, la capa más profunda de los músculos, lo que estabiliza el tronco, el recto abdominal, a

veces llamado el "six pack", que se extiende entre las costillas y el hueso púbico y apoya a los movimientos entre las costillas y el la pelvis y los músculos oblicuos internos y externos, que proporcionan apoyo y se utilizan cuando se tuerce el tronco.<sup>6</sup>

### **2.3. Definición de términos básicos**

- 2.3.1. **ORÉGANO (ORIGANUM VULGARE).**- Es una especie de la familia Lamiaceae — antes llamada Labiaceae-, nativa del oeste o suroeste de Eurasia y la región mediterránea. Se usa como condimento. Las partes utilizadas son las brácteas de la inflorescencia, tanto frescas como secas, aunque secas poseen mucho más sabor y aroma.
- 2.3.2. **USO ADECUADO DEL ORÉGANO (ORIGANUM VULGARE).**- Se considera cuando se utiliza 2 cucharadas de orégano pueden ser seco o fresco, en un 1 litro de agua hervida y dejar reposar por 15 minutos, luego beber dos tazas al día por espacio de dos semanas.
- 2.3.3. **USO MEDIANAMENTE ADECUADO DEL ORÉGANO (ORIGANUM VULGARE).**- Se considera cuando se utiliza 1 cucharada de orégano seco, en un ½ litro de agua hervida y dejar reposar por 5 minutos, luego beber el agua por espacio de uno a dos días.
- 2.3.4. **UNOS INADECUADO DEL ORÉGANO (ORIGANUM VULGARE).**- Se considera cuando se utiliza el orégano sin hacer hervir bien el agua y beber rápidamente.
- 2.3.5. **TRATAMIENTO FAVORABLE DE LOS ESPAMOS ABDOMINALES.** - Se refiere que después de haber usado

adecuadamente la dosis del orégano la persona se recupera o desaparece los signos y síntomas de los espasmos abdominales.

2.3.6. TRATAMIENTO MEDIANAMENTE FAVORABLE DE LOS ESPAMOS ABDOMINALES.- Se refiere que después de haber usado la dosis del orégano la persona se recupera regularmente de los signos y síntomas de los espasmos abdominales.

2.3.7. TRATAMIENTO DESFAVORABLE DE LOS ESPAMOS ABDOMINALES.- Se refiere que después de haber usado el orégano la persona no se recupera de los signos y síntomas de los espasmos abdominales.

## **2.4 Formulación de la hipótesis**

### 2.4.1..Hipótesis General

“El uso adecuado del orégano (*origanum vulgare*) influye favorablemente en el tratamiento de los espasmos abdominales en personas de 15 – 30 años que viven en el Pueblo Joven Columna Pasco”

### 2.4.2. Hipótesis Específicas

- a. “El uso del orégano (*origanum vulgare*) es adecuado”
- b. “El tratamiento de los espasmos abdominales en personas de 15 – 30 años en su mayoría es favorable”
- c. “Existe relación significativa entre el uso del orégano (*origanum vulgare*) con el tratamiento de los espasmos abdominales en personas de 15 – 30 años que viven en el Pueblo Joven Columna Pasco”

2.5. Identificación de variables

2.5.2. VARIABLE INDEPENDIENTE. - EFECTIVIDAD DEL ORÉGANO

(ORIGANUM VULGARE)

2.5.3. VARIABLE DEPENDIENTE. - TRATAMIENTO DE LOS

ESPASMOS ABDOMINALES EN PERSONAS DE 15 – 30 AÑOS

**2.6. Definición operacional de variables e indicadores**

VARIABLES	DIMENSIONES	INDICADORES
VARIABLE INDEPENDIENTE.- EFECTIVIDAD DEL ORÉGANO (ORIGANUM VULGARE)	EFECTIVIDAD	USO ADECUADO USO MEDIANAMENTE ADECUADO USO INADECUADO
VARIABLE DEPENDIENTE.- TRATAMIENTO DE LOS ESPASMOS ABDOMINALES EN PERSONAS DE 15 – 30 AÑOS	TRATAMIENTO	FAVORABLE MEDIANAMENTE FAVORABLE  DESFAVORABLE

### **CAPITULO III**

#### **METODOLOGIA Y TECNICAS DE INVESTIGACION**

##### **3.1. Tipo de investigación**

El presente estudio es una investigación de tipo sustantiva de nivel descriptivo, así mismo, esta investigación estuvo orientada a describir explicar, predecir, la realidad, con la cual se va a la búsqueda de principios y leyes generales que nos permita organizar una teoría científica.

##### **3.2. Métodos de investigación**

La presente investigación correspondió al método descriptivo, en razón que vamos a describir la efectividad del orégano (*origanum vulgare*) en el tratamiento de los espasmos abdominales en personas de 15 – 30 años que viven en el Pueblo Joven Columna Pasco – Enero –Abril del 2018

### 3.3. Diseño de investigación. -

#### DISEÑO DESCRIPTIVO CORRELACIONAL

	VARIABLES			
GRUPO	V1	V2	V3	Vn
G1	E1	E1	E1	E1

#### ABREVIATURAS

G1 : GRUPO1

Gn : GRUPO número siguiente

V1 : VARIABLE 1

T1 : TIEMPO 1

E1 : EVALUACIÓN 1

### 3.4. Población y muestra

3.4.1. UNIVERSO OBJETIVO.- Se consideró a todas las personas que viven el Pueblo Joven Columna Pasco durante el año 2,018.

3.4.2. UNIVERSO MUESTRAL.- Se consideró a las personas de 15 a 30 años que viven el Pueblo Joven Columna Pasco durante los meses de Enero a Abril año 2,018.

3.4.3. MUESTRA.- Se consideró a las personas de 15 a 30 años que presentan espasmos abdominales y usan el orégano (*origanum vulgare*) en su tratamiento y viven en el Pueblo Joven Columna Pasco durante los meses de Enero a Abril año 2,018 y que fueron un total de 32.

### 3.5. Técnicas e instrumentos de recolección de datos

3.5.1. A través de la entrevista se aplicó el cuestionario en donde se incluyeron datos de : la edad, sexo, estado civil, procedencia, grado de instrucción, ingreso económico, etc, nivel de conocimiento de las propiedades curativas del orégano (*origanum vulgare*)

3.5.2. A través de la observación se aplicó la guía de observación en donde se incluyeron datos de: la relación del uso del orégano (*origanum vulgare*) en el tratamiento de los espasmos abdominales en personas de 15 – 30 años que viven en el Pueblo Joven Columna Pasco.

### **3.6. Técnicas de procesamiento y análisis de datos**

Los datos recolectados fueron procesados mediante programas estadísticos como el SPSS el cual nos permitió la organización, clasificación y presentación de los datos de acuerdo a los objetivos del presente estudio, así mismo, para la asociación estadística inferencial me permitiré el uso de la estadística paramétricos y no paramétricos el cual me permitió observar la asociación estadística según sea los casos indicados.

### **3.7. Tratamiento estadístico**

El tratamiento de datos se realizó mediante la prueba no paramétrica de la Chi-cuadrada porque las variables son cualitativas, esta prueba es una de las más utilizadas en investigaciones de salud y nos ayudó a adoptar la decisión más adecuada con respecto a nuestra hipótesis de estudio.

Los datos hallados se organizaron para su mejor comprensión en cuadros de doble entrada, los que posteriormente fueron representados en gráficos estadísticos los cuales serán los diagramas de barras simples.

La representación y análisis de los datos se realizarán mediante el programa informático EXCEL

### **3.8. Selección, validación y confiabilidad de los instrumentos e investigación**

Dicha actividad y procedimiento se realizó con la muestra de estudio del trabajo de investigación.

### **3.9. Orientación ética**

Está orientada a mitigar, aliviar, mejorar en alguna medida los problemas de salud que afectan a gran cantidad de la población que carece de recursos económicos y son vulnerables a morbimortalidad.

## **CAPITULO IV**

### **RESULTADOS Y DISCUSION**

#### **4.1. Descripción del trabajo de campo**

Los instrumentos fueron elaborados gracias al apoyo de la Sra. Asesora, los cuales fueron sometidos al análisis correspondiente dando lugar a los instrumentos confiables y validados, los cuales fueron aplicados a las unidades de análisis. Los datos recolectados sirvieron para ser representado en cuadros de dos entradas y gráficos estadísticos, los cuales fueron comentados a través del análisis estadístico, cuyos resultados se presentan a continuación

#### 4.2. Presentación, análisis e interpretación de resultados

CUADRO N° 01  
PERSONAS DE 15 a 30 AÑOS, POR EDAD, SEGÚN SEXO – PUEBLO  
JOVEN COLUMNA PASCO – ENERO – ABRIL DEL 2018

SEXO	EDAD (AÑOS)						TOTAL	
	15 -20		21 - 25		26 -30		N°	%
	N°	%	N°	%	N°	%		
MASCULINO	8	25	4	12.4	2	6.3	14	43.7
FEMENINO	8	25	6	18.8	4	12.5	18	56.3
TOTAL	16	50	10	31.2	6	18.8	32	100

Fuente: Cuestionario

$$X^2_c = 0.5756614 < X^2_t = (5 \% \alpha 2 \text{ gl}) = 5.991$$

Por lo tanto:  $H_a = \text{Se rechaza}$   $H_o = \text{Se acepta}$

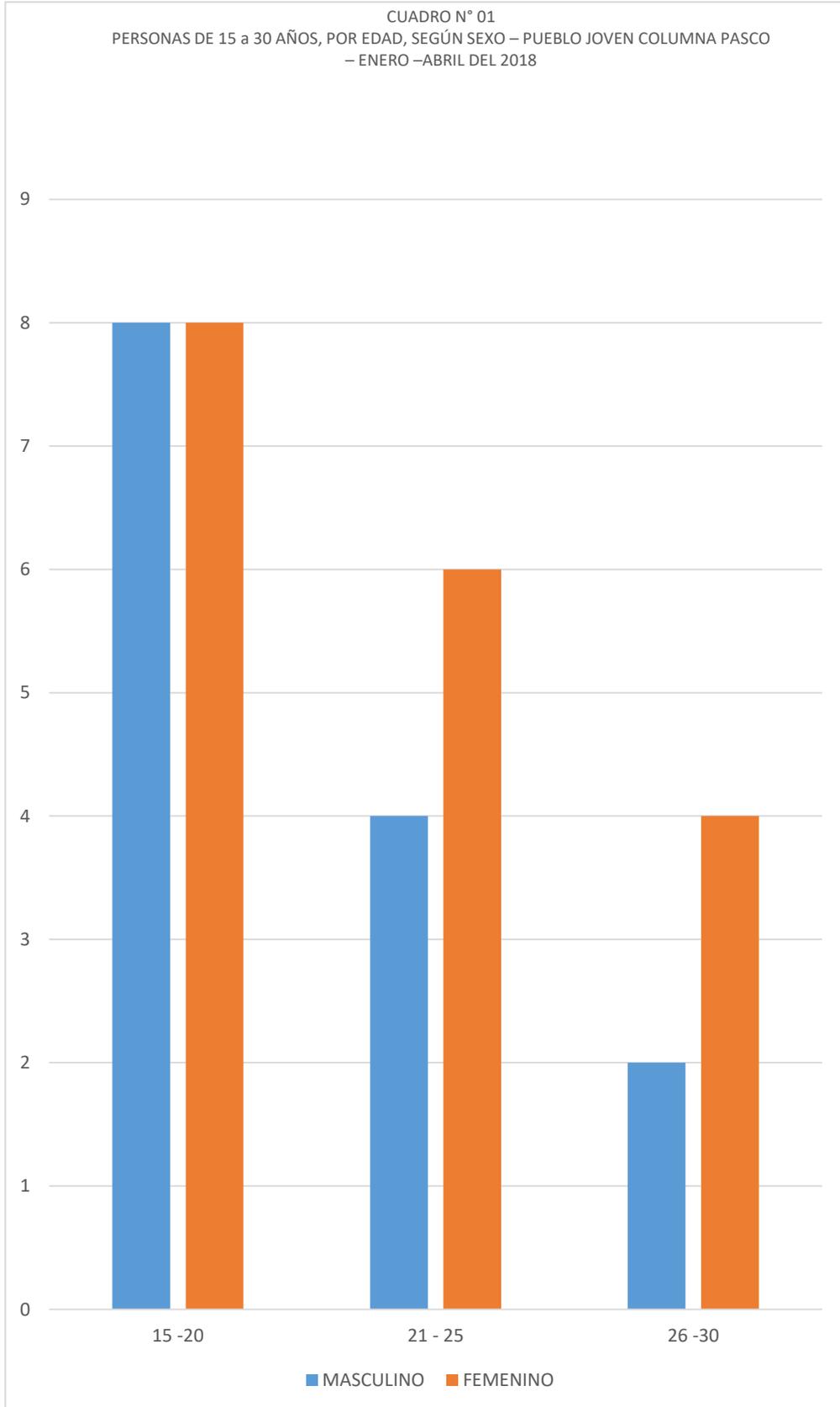
#### COMENTARIO DEL CUADRO N° 01

El presente cuadro nos muestra a las personas de 15 a 30 años, por edad, según sexo, en donde de un total 32 (100%), la mayoría son de sexo masculino con un 43.7 % (14) de los cuales el 25 % (8) tienen entre 15 a 20 años, seguido del sexo femenino, representado por el 56.3 % (18).

Comparando los resultados de acuerdo a la edad, la mayoría de las personas tienen entre 15 a 20 años con un 50% (16), en segundo lugar se encuentran los que tienen entre 21 a 25 años con un 31.2 % (10), en tercer lugar se encuentra los que tienen entre 26 a 30 años con un 18.8 % (6).

Realizando una comparación con la prueba no paramétrica del Chi cuadrado podemos afirmar que:  $X^2_c = 0.576614 < X^2_t = 5.991 (5 \% \alpha 2 \text{ gl})$ , por lo tanto no hay relación significativa entre ambas variables.

CUADRO N° 01  
PERSONAS DE 15 a 30 AÑOS, POR EDAD, SEGÚN SEXO – PUEBLO JOVEN COLUMNA PASCO  
– ENERO –ABRIL DEL 2018



CUADRO N° 02

PERSONAS DE 15 a 30 AÑOS, POR ESTADO CIVIL, SEGÚN  
PROCEDENCIA – PUEBLO JOVEN COLUMNA PASCO – ENERO – ABRIL  
DEL 2018

PROCEDENCIA	ESTADO CIVIL						TOTAL	
	SOLTERO		CASADO		OTRA CONDICIÓN			
	N°	%	N°	%	N°	%	N°	%
COLUMNA PASCO	9	28.1	8	25	5	15.6	22	68.7
CHAUPIMARCA	3	9.4	2	6.3	1	3.1	6	18.8
OTRO LUGAR	3	9.4	1	3.1	0	0	4	12.5
TOTAL	15	46.9	11	34.4	6	18.7	32	100

Fuente : Cuestionario

$$X^2_c = 1.933517 < X^2_t = (5 \% \alpha 4 gl) = 9.488$$

Por lo tanto: Ha = Se rechaza Ho = Se acepta

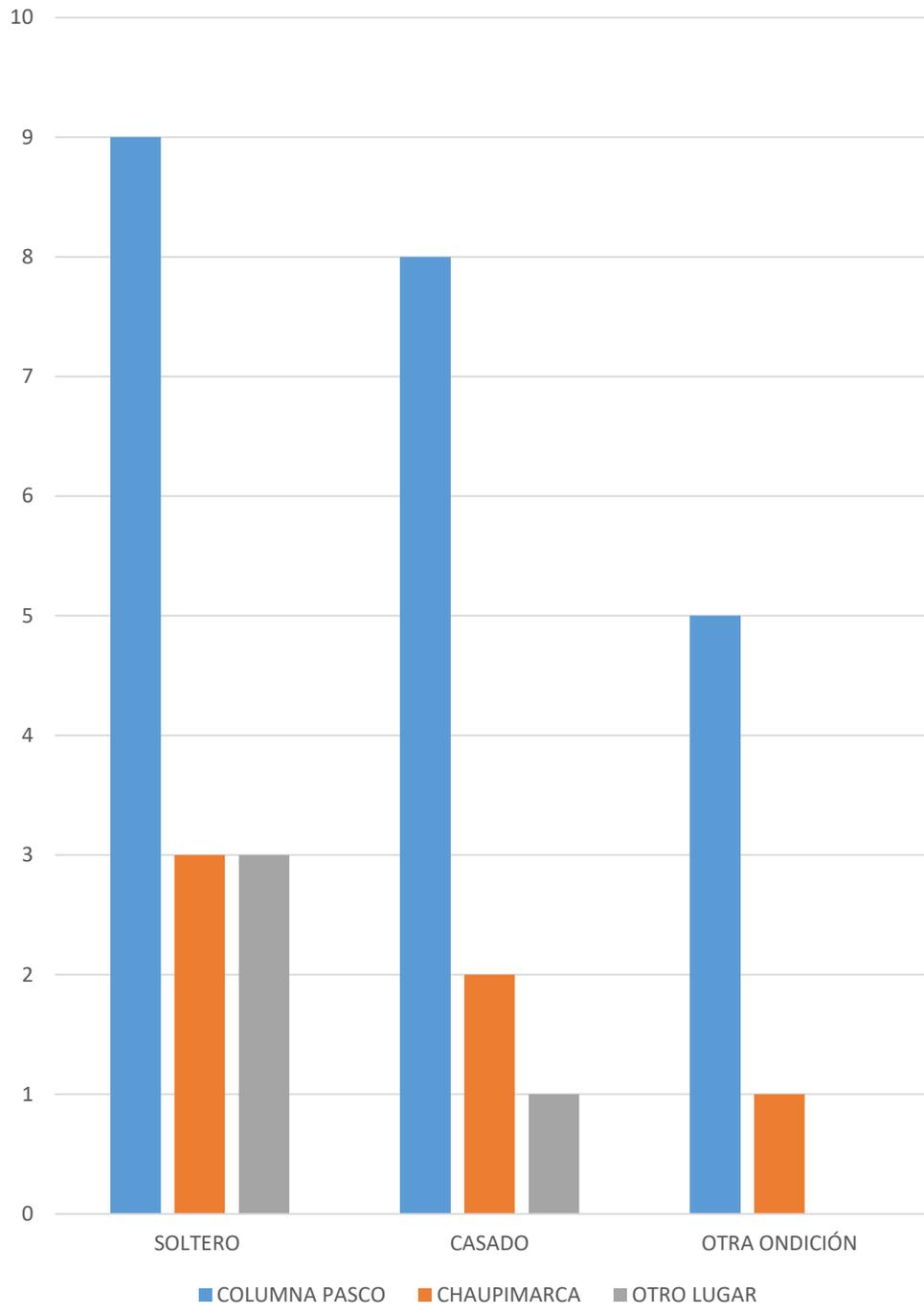
#### COMENTARIO DEL CUADRO N° 02

El presente cuadro nos muestra a las personas de 15 a 30 años, por estado civil, según estado civil, en donde de un total 32 (100%), la mayoría procede de Columna Pasco, con un 68.7 % (22) de los cuales el 28.1% (9) son solteros, seguido los que proceden de Chaupimarca, representado por el 18.8 % (6), en tercer lugar se encuentra los que proceden de otro lugar con un 12.5% (4).

Comparando los resultados de acuerdo al estado civil, la mayoría de las personas son solteros con un 46.9 % (15), en segundo lugar se encuentran los casados con un 34.4 % (11), en tercer lugar se encuentra los que tienen otra condición con un 18.7 % (6).

Realizando una comparación con la prueba no paramétrica del Chi cuadrado podemos afirmar que:  $X^2_c = 1.933517 < X^2_t = 9.488 (5 \% \alpha 4 gl)$ , por lo tanto no hay relación significativa entre ambas variables.

CUADRO N° 02  
PERSONAS DE 15 a 30 AÑOS, POR ESTADO CIVIL, SEGÚN PROCEDENCIA – PUEBLO JOVEN  
COLUMNA PASCO – ENERO – ABRIL DEL 2018



CUADRO N° 03  
PERSONAS DE 15 a 30 AÑOS, POR GRADO DE INSTRUCCIÓN, SEGÚN  
INGRESO ECONÓMICO – PUEBLO JOVEN COLUMNA PASCO – ENERO –  
ABRIL DEL 2018

INGRESO ECONÓMICO	GRADO DE INSTRUCCIÓN						TOTAL	
	PRIMARIA		SECUNDARIA		SUPERIOR			
	N°	%	N°	%	N°	%	N°	%
BAJO	8	25	7	21.9	3	9.4	18	56.3
MEDIO	6	18.8	4	12.5	1	3.1	11	34.4
ALTO	2	6.2	1	3.1	0	0	3	9.3
TOTAL	16	50	12	37.5	4	12.5	32	100

Fuente : Cuestionario

$$X^2_c = 1.077441 < X^2_t = (5 \% \alpha 4 \text{ gl}) = 9.488$$

Por lo tanto:  $H_a =$  Se rechaza  $H_o =$  Se acepta

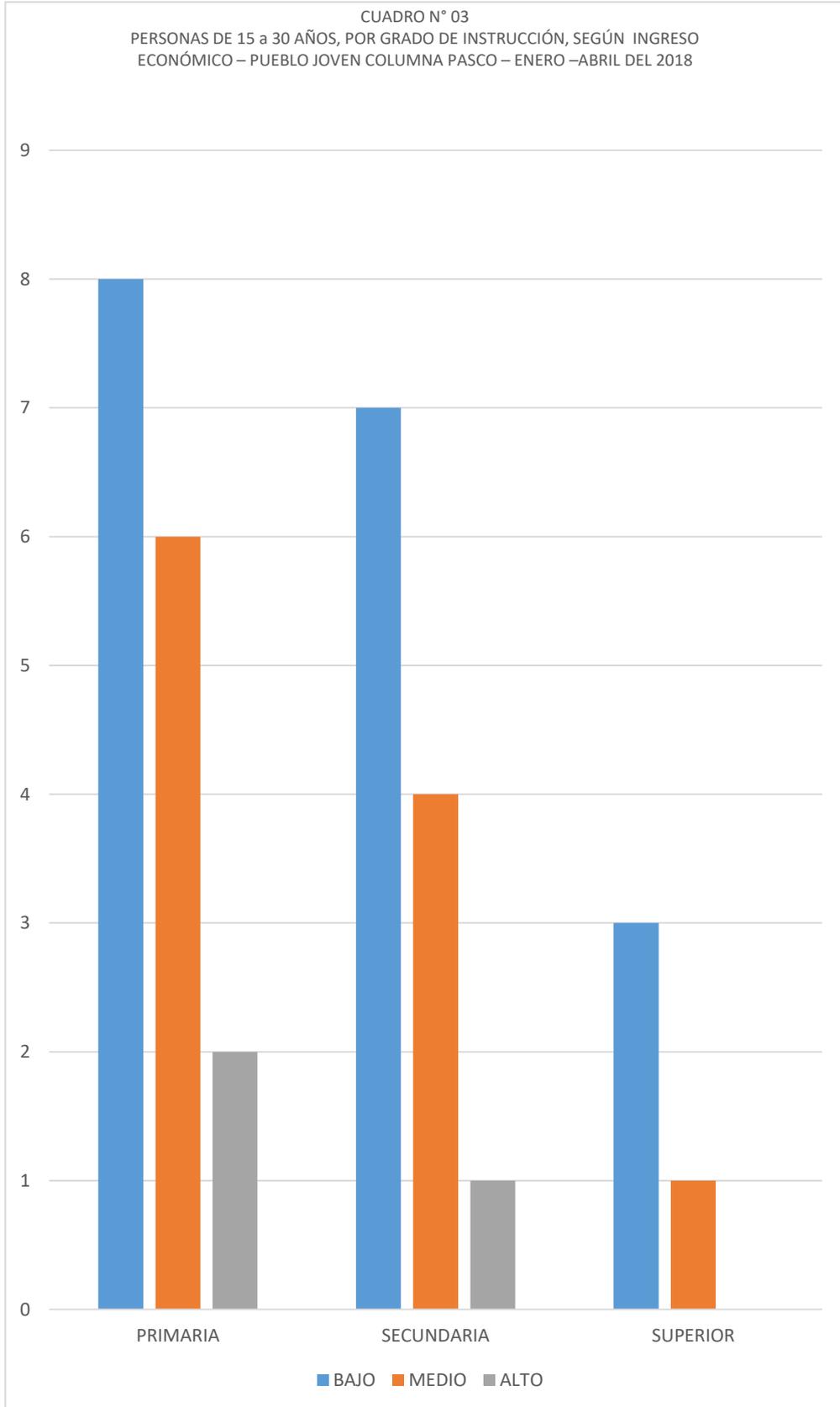
#### COMENTARIO DEL CUADRO N° 03

El presente cuadro nos muestra a las personas de 15 a 30 años, por grado de instrucción, según ingreso económico, en donde de un total 32 (100%), la mayoría tiene un ingreso económico bajo, con un 56.3 % (18) de los cuales el 25 % (8) tienen primaria, seguido los que tienen ingreso económico medio, representado por el 34.4 % (11), en tercer lugar se encuentra los que tienen ingreso económico alto con un 9.3% (3).

Comparando los resultados de acuerdo al grado de instrucción, la mayoría de las personas cursaron el nivel primario con un 50 % (16), en segundo lugar se encuentran los que estudiaron en nivel secundario con un 37.5 % (12), en tercer lugar se encuentra los que estudiaron el nivel superior con un 12.5 % (4).

Realizando una comparación con la prueba no paramétrica del Chi cuadrado podemos afirmar que:  $X^2_c = 1.077441 < X^2_t = 9.488 (5 \% \alpha 4 \text{ gl})$ , por lo tanto no hay relación significativa entre ambas variables.

CUADRO N° 03  
 PERSONAS DE 15 a 30 AÑOS, POR GRADO DE INSTRUCCIÓN, SEGÚN INGRESO  
 ECONÓMICO – PUEBLO JOVEN COLUMNA PASCO – ENERO – ABRIL DEL 2018



CUADRO N° 04

PERSONAS DE 15 a 30 AÑOS, POR NIVEL DE CONOCIMIENTO DE LAS PROPIEDADES CURATIVAS DEL ORÉGANO (ORIGANUM VULGARE), SEGÚN ORIENTACIÓN RECIBIDA – PUEBLO JOVEN COLUMNA PASCO – ENERO – ABRIL DEL 2018

ORIENTACIÓN RECIBIDA	NIVEL DE CONOCIMIENTO DE LAS PROPIEDADES CURATIVAS DEL ORÉGANO (ORIGANUM VULGARE)						TOTAL	
	APROPIADO		MEDIANAMENTE APROPIADO		INAPROPIADO			
	N°	%	N°	%	N°	%	N°	%
ÓPTIMA	11	34.4	5	15.6	0	0	16	50
MEDIANAMENTE ÓPTIMA	9	28.1	3	9.4	0	0	12	37.5
NO ÓPTIMA	0	0	1	3.1	3	9.4	4	12.5
TOTAL	20	62.5	9	28.1	3	9.4	32	100

Fuente: Cuestionario y guía de observación

$$X^2_c = 24.01111 > X^2_t = (5\% \alpha 4 \text{ gl}) = 9.488$$

Por lo tanto:  $H_a = \text{Se acepta}$   $H_o = \text{Se rechaza}$

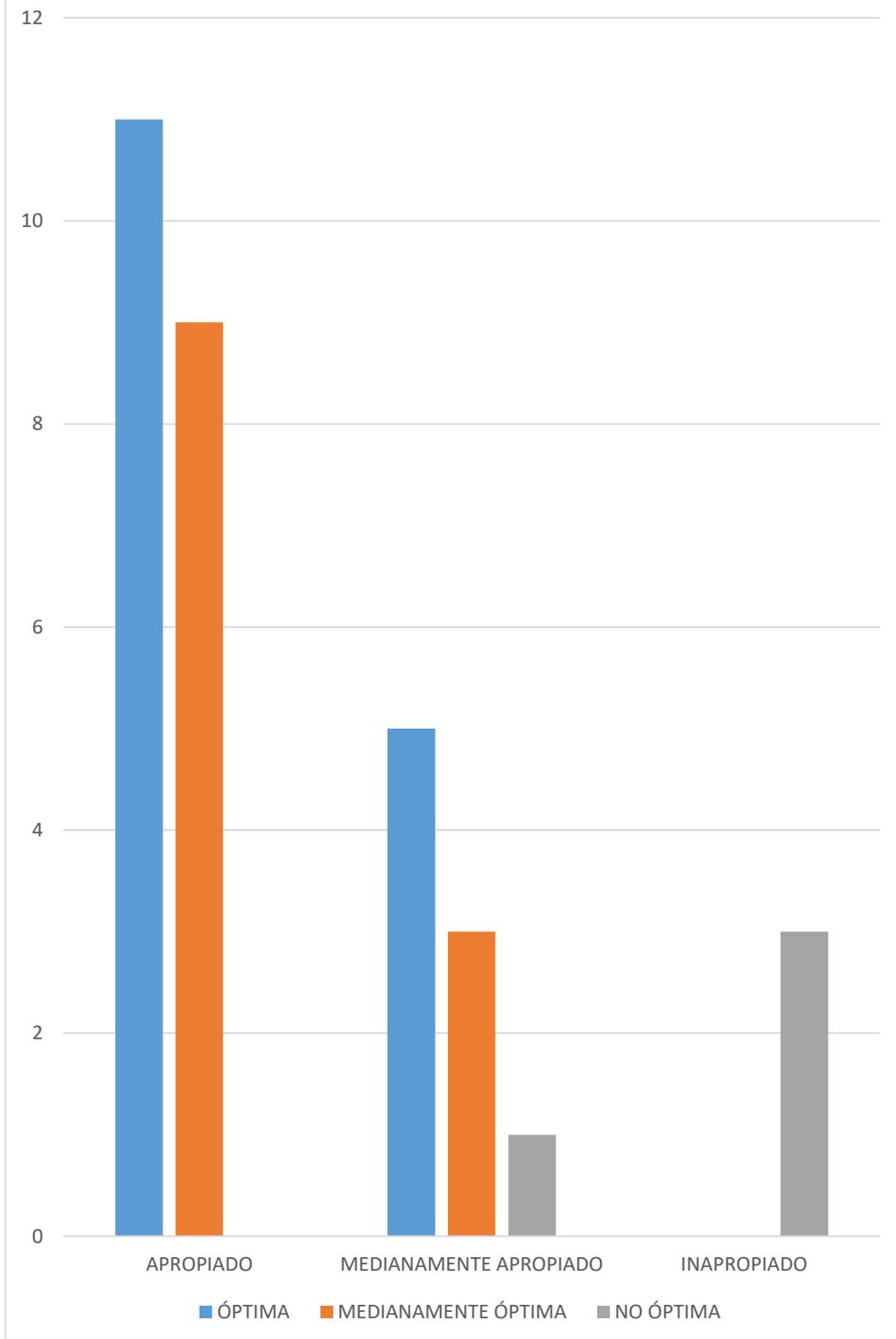
#### COMENTARIO DEL CUADRO N° 04

El presente cuadro nos muestra a las personas de 15 a 30 años, por nivel de conocimiento de las propiedades curativas del orégano (*origanum vulgare*), según orientación recibida, en donde de un total 32 (100%), la mayoría recibió una orientación óptima, con un 50 % (16) de los cuales el 34.4 % (11) tienen un nivel de conocimiento óptimo, seguido los que recibieron una orientación medianamente óptima, representado por el 37.5 % (12), en tercer lugar se encuentran los que tuvieron una orientación no óptima con un 12.5 % (4).

Comparando los resultados de acuerdo al nivel de conocimiento de las propiedades curativas del orégano (*origanum vulgare*), la mayoría de las personas presentaron un nivel de conocimiento apropiado con un 62.5 % (20), en segundo lugar se encuentran los que tuvieron un nivel de conocimiento medianamente apropiado con un 28.1 % (9), en tercer lugar se encuentran los que tuvieron un nivel de conocimiento inapropiado con un 9.4 % (3).

Realizando una comparación con la prueba no paramétrica del Chi cuadrado podemos afirmar que:  $X^2_c = 24.01111 > X^2_t = 9.488 (5\% \alpha 4 \text{ gl})$ , por lo tanto si hay relación significativa entre ambas variables.

CUADRO N° 04  
 PERSONAS DE 15 a 30 AÑOS, POR NIVEL DE CONOCIMIENTO DE LAS PROPIEDADES  
 CURATIVAS DEL ORÉGANO (ORIGANUM VULGARE), SEGÚN ORIENTACIÓN RECIBIDA –  
 PUEBLO JOVEN COLUMNA PASCO – ENERO – ABRIL DEL 2018



CUADRO N° 05

USO DEL ORÉGANO (ORIGANUM VULGARE) EN EL TRATAMIENTO DE LOS  
ESPASMOS ABDOMINALES EN PERSONAS DE 15 – 30 AÑOS - PUEBLO JOVEN  
COLUMNA PASCO – ENERO – ABRIL DEL 2018

TRATAMIENTO DE LOS ESPASMOS ABDOMINALES	USO DEL ORÉGANO (ORIGANUM VULGARE)						TOTAL	
	ADECUADO		MEDIANAMENTE ADECUADO		INADECUADO			
	Nº	%	Nº	%	Nº	%	Nº	%
FAVORABLE	16	50	7	21.9	0	0	23	71.9
MEDIANAMENTE FAVORABLE	6	18.8	2	6.2	0	0	8	25
DESFAVORABLE	0	0	0	0	1	3.1	1	3.1
TOTAL	22	68.8	9	28.1	1	3.1	32	100

Fuente : Cuestionario y guía de observación

$$X^2_c = 32.08783 > X^2_t = (5\% \alpha 4 \text{ gl}) = 9.488$$

Por lo tanto:  $H_a =$  Se acepta  $H_o =$  Se rechaza

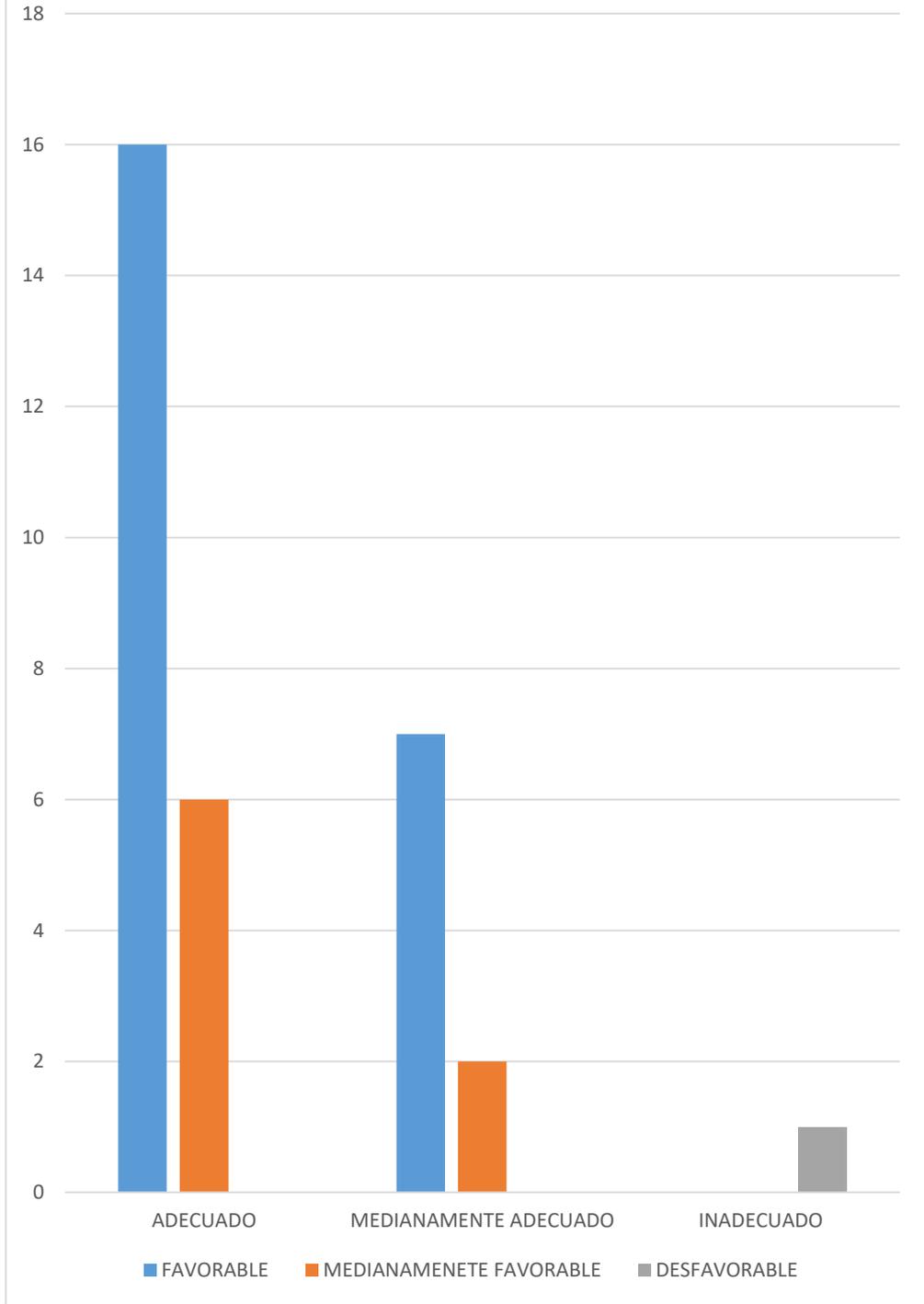
#### COMENTARIO DEL CUADRO N° 05

El presente cuadro nos muestra uso del orégano (*origanum vulgare*) en el tratamiento de los espasmos abdominales en personas de 15 – 30 años, en donde de un total 32 (100%), la mayoría recibió un tratamiento favorable, con un 71.9 % (23) de los cuales el 50 % (16) usaron adecuadamente, seguido los que recibieron un tratamiento medianamente favorable, representado por el 25% (8), en tercer lugar se encuentra los que recibieron un tratamiento desfavorable con un 3.1 % (1).

Comparando los resultados de acuerdo al uso del orégano, la mayoría de las personas usaron adecuadamente con un 68.8 % (22), en segundo lugar se encuentran los usaron medianamente adecuado con un 28.1 % (9), en tercer lugar se encuentra los que usaron inadecuadamente con un 3.1 % (1).

Realizando una comparación con la prueba no paramétrica del Chi cuadrado podemos afirmar que:  $X^2_c = 32.08783 > X^2_t = 9.488$  (5 %  $\alpha$  4 gl), por lo tanto si hay relación significativa entre ambas variables.

CUADRO N° 05  
USO DEL ORÉGANO (ORIGANUM VULGARE) EN EL TRATAMIENTO DE LOS ESPASMOS  
ABDOMINALES EN PERSONAS DE 15 – 30 AÑOS - PUEBLO JOVEN COLUMNA PASCO –  
ENERO –ABRIL DEL 2018



### 4.3. Prueba de hipótesis

En el cuadro N° 04 Realizando una comparación con la prueba no paramétrica del Chi cuadrado podemos afirmar que:  $X^2_c = 24.01111 > X^2_t = (5\% \alpha 4 \text{ gl}) = 9.488$ , por lo tanto, si hay relación significativa entre el nivel de conocimiento de las propiedades curativas del orégano (*origanum vulgare*), según orientación recibida

$$X^2_c = 24.01111 > X^2_t = (5\% \alpha 4 \text{ gl}) = 9.488$$

Por lo tanto:  $H_a = \text{Se acepta}$   $H_o = \text{Se rechaza}$

En el cuadro N° 05 Realizando una comparación con la prueba no paramétrica del Chi cuadrado podemos afirmar que:  $X^2_c = 32.08783 > X^2_t = (5\% \alpha 4 \text{ gl}) = 9.488$  por lo tanto, si hay relación significativa entre EL uso del orégano (*origanum vulgare*) en el tratamiento de los espasmos abdominales en personas de 15 – 30 años

$$X^2_c = 32.08783 > X^2_t = (5\% \alpha 4 \text{ gl}) = 9.488$$

Por lo tanto:  $H_a = \text{Se acepta}$   $H_o = \text{Se rechaza}$

### 4.4. Discusión de resultados

El espasmo de estómago o cardioespasmo también es llamado acalasia. Denominado por contracciones anormales de los músculos en el esófago, el conducto que lleva el alimento desde la boca hasta el estómago. Generalmente la causa del espasmo de estómago es una distonía del sistema nervioso en dicha zona. Es una enfermedad en la que se manifiesta una sensación de detención de los alimentos en algún punto de su recorrido. Con el tiempo aparecen dolores y una fuerte inflamación del estómago. Además al dolor se le asocian náuseas, eructos, vómitos y mareos.<sup>6</sup>

Conocida como la rigidez abdominal, y espasmo estomacal, es una contracción poderosa e involuntaria de los músculos del abdomen. Durante un espasmo, el músculo se siente rígido y suave si se aplica presión. Los músculos abdominales principales son el transverso del abdomen, la capa más profunda de los músculos, lo que estabiliza el tronco, el recto abdominal, a veces llamado el "six pack", que se extiende entre las costillas y el hueso púbico y apoya a los movimientos entre las costillas y el la pelvis y los músculos oblicuos internos y externos, que proporcionan apoyo y se utilizan cuando se tuerce el tronco.<sup>6</sup>

En el trabajo de investigación se encontró:

De acuerdo al nivel de conocimiento de las propiedades curativas del orégano (*origanum vulgare*), la mayoría recibió una orientación óptima, con un 50 % (16), seguido los que recibieron una orientación medianamente óptima, con un 37.5 % (12) y los que tuvieron una orientación no óptima con un 12.5 % (4).

De acuerdo al nivel de conocimiento de las propiedades curativas del orégano (*origanum vulgare*), la mayoría de las personas presentaron un nivel de conocimiento apropiado con un 62.5 % (20) seguido los que tuvieron un nivel de conocimiento medianamente apropiado con un 28.1 % (9) y los que tuvieron un nivel de conocimiento inapropiado con un 9.4 % (3).

Según, VILLAVICENCIO GASTELÚ, Jorge Eleodoro. 2017. Tesis Para optar el Grado Académico de Magíster en Estomatología “Efecto antimicótico in vitro del orégano (*Origanum vulgare*) en cepas de *Candida albicans* procedentes de la Estomatitis Sub Protésica” Universidad Nacional Mayor de San Marcos concluye que: Los aceites esenciales de *Origanum*

vulgare L, (Jauja y Tacna), *Origanum x intercedens* (chinito) y el *Origanum x majoricum* (nigra) (Arequipa) poseen efecto antimicótico sobre las cepas de *Candida albicans* obtenido de pacientes con Estomatitis Sub Protésica. 2. El efecto antimicótico de aceite esencial del *Origanum vulgare* L, (Tacna) sobre *Candida albicans* presenta Sensibilidad Límite a partir del 12,5% a Sumamente Sensible al 100% de concentración. 3. El efecto antimicótico de aceite esencial del *Origanum x intercedens* (chinito) y *Origanum x majoricum* “nigra (Arequipa) presentan Sensibilidad Límite a partir del 12,5% a Sensibilidad Media al 100%. de concentración. El efecto antimicótico de aceite esencial del *Origanum vulgare* L, (Jauja) sobre *Candida albicans* presenta Sensibilidad Límite del 50% al 100% de concentración. 4. La Concentración Mínima Inhibitoria (MIC) del *Origanum vulgare* L, (Tacna), *Origanum x intercedens* chinito y *Origanum x majoricum nigra* (Arequipa) para *Candida albicans* resultó 1,1542  $\mu\text{g/mL}$ , (12,5%). La Concentración Mínima Inhibitoria (MIC) *Origanum vulgare* L, (Jauja) resultó 2,3085  $\mu\text{g/mL}$  (25%). 5. En el estudio las cepas de *Candida albicans* procedentes de la Estomatitis Sub Protésica, resultaron sumamente sensibles al Miconazol (gel oral 20 mg/g) y resistentes a Clorhexidina (colutorio 0,12%); existe diferencias significativas en la actividad antimicótica in vitro de los AEO en concentraciones 12,5%, 25%, 50 % y 100% frente al Miconazol (gel oral 20 mg/g) y Clorhexidina (colutorio 0,12%). 72 6. Los principales quimiotipos de los diversos AEO en relación al geotipo, son: Timol tiene en 13,7 % promedio, en las variedades *Origanum x intercedens* (chinito), *Origanum x majoricum* (nigra) y *Origanum vulgare* L (Tacna) y 5,86% en *Origanum*

vulgare L (Jauja). El carvacrol tiene 0,59% promedio en las tres primeras especies, no se encuentra en el *Origanum vulgare* L (Jauja). El p-Cimeno tiene 4,0% y solo esta presente en el *Origanum vulgare* (Jauja). Éste es antagonista del timol y carvacrol, 7. Se reafirma el resultado de otros estudios sobre la relación positiva de la acción antimicótica de los AEO y sus principios activos timol y carvacrol sobre la *Candida albicans*. 8. El rendimiento de extracción de AEO en las especies *Origanum vulgare* L (Jauja y Tacna), *Origanum x intercedens* “chinito” y el *Origanum x majoricum* (nigra)(Arequipa) fue entre 0,33% a 2,27%.<sup>4</sup>

La mayoría recibió un tratamiento con orégano (*origanum vulgare*) de manera favorable, con un 71.9 % (23), seguido los que recibieron un tratamiento medianamente favorable, representado por el 25% (8), en tercer lugar se encuentra los que recibieron un tratamiento desfavorable con un 3.1 % (1).

De acuerdo al uso del orégano, la mayoría de las personas usaron adecuadamente con un 68.8 % (22), los que usaron medianamente adecuado con un 28.1 % (9) y los que usaron inadecuadamente con un 3.1 % (1).

Según, Achachau Vasquez Dastin Bladimir y Quispe Fernandez Geydi. 2016. Tesis: “plantas medicinales utilizadas como alternativa de tratamiento para afecciones del sistema digestivo en los pobladores del Barrio de Pucará – Huancayo”. Perú. Quienes concluyen que: De los resultados obtenidos respecto a las plantas medicinales utilizadas como alternativa de tratamiento para afecciones del sistema digestivo en los Pobladores del Barrio de Pucará – Huancayo, se concluye lo siguiente: a) Los Pobladores del Barrio de Pucará – Huancayo, cuando están enfermos o tienen alguna dolencia relacionada al

sistema digestivo, utilizan diversas plantas medicinales para su tratamiento, tales como: manzanilla, anís, orégano, menta, paico, hinojo, sangre de grado, hierva luisa, papaya, verbena, y cardo santo. b) Las enfermedades o dolencias relacionadas al sistema digestivo, por los cuales los Pobladores del Barrio de Pucará – Huancayo utiliza plantas medicinales son las siguientes: gases, indigestión, dolor abdominal, diarrea, 49 gastritis, úlceras, vómitos, estreñimiento, dispepsia, esofagitis, colon irritable, apendicitis y estomatitis. c) El 77% de Pobladores del Barrio de Pucará – Huancayo, no conocen el uso adecuado de las plantas medicinales utilizadas como alternativa de tratamiento en afecciones del sistema digestivo y solo el 23% si conocen sobre su uso adecuado. d) Las formas de preparación de las plantas medicinales utilizadas como alternativa de tratamiento para afecciones del sistema digestivo por parte de los Pobladores del Barrio de Pucará – Huancayo, son: infusión, hervido, machacado y al vapor. e) El 96.50% de Pobladores del Barrio de Pucará– Huancayo si consideran que las plantas medicinales sería una alternativa de tratamiento para reducir costos y problemas relacionados al medicamento, y solo el 3.50% consideran que no sería una alternativa de tratamiento para dicho fin.<sup>3</sup>

## CONCLUSIONES

1.- De un total 32 (100%), la mayoría son de sexo masculino con un 43.7 % (14), seguido del sexo femenino, representado por el 56.3 % (18).

2.- La mayoría de las personas tienen entre 15 a 20 años con un 50% (16), los que tienen entre 21 a 25 años con un 31.2 % (10) y de 26 a 30 años con un 18.8 % (6).

3.- De un total 32 (100%), la mayoría procede de Columna Pasco, con un 68.7 % (22), seguido los que proceden de Chaupimarca, representado por el 18.8 % (6) y los que proceden de otro lugar con un 12.5% (4).

4.- La mayoría de las personas son solteros con un 46.9 % (15), los casados con un 34.4 % (11) y los que tienen otra condición con un 18.7 % (6).

5.- De un total 32 (100%), la mayoría tiene un ingreso económico bajo, con un 56.3 % (18), seguido los que tienen ingreso económico medio 34.4 % (11), y los que tienen ingreso económico alto con un 9.3% (3).

6.- La mayoría de las personas cursaron el nivel primario con un 50 % (16), los que estudiaron en nivel secundario con un 37.5 % (12) y los que estudiaron el nivel superior con un 12.5 % (4).

7.- De acuerdo al nivel de conocimiento de las propiedades curativas del orégano (*organum vulgare*), la mayoría recibió una orientación óptima, con un 50 % (16), seguido los que recibieron una orientación medianamente óptima, con un 37.5 % (12) y los que tuvieron una orientación no óptima con un 12.5 % (4).

8.- De acuerdo al nivel de conocimiento de las propiedades curativas del orégano (*organum vulgare*), la mayoría de las personas presentaron un nivel de

conocimiento apropiado con un 62.5 % (20) seguido los que tuvieron un nivel de conocimiento medianamente apropiado con un 28.1 % (9) y los que tuvieron un nivel de conocimiento inapropiado con un 9.4 % (3).

9.- La mayoría recibió un tratamiento con orégano (*origanum vulgare*) de manera favorable, con un 71.9 % (23), seguido los que recibieron un tratamiento medianamente favorable, representado por el 25% (8), en tercer lugar se encuentra los que recibieron un tratamiento desfavorable con un 3.1 % (1).

10.- De acuerdo al uso del orégano, la mayoría de las personas usaron adecuadamente con un 68.8 % (22), los que usaron medianamente adecuado con un 28.1 % (9) y los que usaron inadecuadamente con un 3.1 % (1).

## RECOMENDACIONES

1.-Sugerir a las Autoridades del Ministerio de Salud del Hospital Daniel Alcides Carrión de Cerro de Pasco a organizar eventos científicos sobre cuidados de la salud de las personas adultas dirigido a todo el Personal de Salud, con la finalidad de mejorar la calidad de vida del Poblador Pasqueño que acude para su atención a este Nosocomio.

2.- Sugerir al Personal de Enfermería que trabaja en Consultorios Externos, Puestos y Centros de salud a brindar Charlas Educativas sobre prevención y Promoción de la Salud dirigido a la Población adulta que acude a estos establecimientos para su atención.

3.- Sugerir a los pacientes que adolecen de dolores abdominales a seguir el tratamiento médico conjuntamente con la medicina tradicional (orégano) toda vez que se encuentra al alcance de las grandes mayorías.

4.- Sugerir a los Estudiantes de los últimos años a continuar investigando temas que contribuyan a la solución de los problemas de salud más urgentes que afecta a la población de Pasco.

## BIBLIOGRAFIA

1. Penelo.Lidia.2019. Orégano: beneficios, propiedades y valor nutricional de un aderezo mediterráneo <https://www.lavanguardia.com/comer/materia-prima/20180702/45576224717/oregano-propiedades-beneficios-hierba-mediterranea.html>
2. Raúl Mannise. ECOCOSAS. 2018. Ecólogo, Permacultor, enfermero, ex estudiante de Medicina, naturopáta, fitoterapeuta, especialista en aceites esenciales <https://ecocosas.com/plantas-medicinales/oregano-propiedades-beneficios/?cn-reloaded=1>
3. Achachau Vasquez Dastin Bladimir y Quispe Fernandez Geydi. 2016. Tesis: “plantas medicinales utilizadas como alternativa de tratamiento para afecciones del sistema digestivo en los pobladores del Barrio de Pucará – Huancayo”. Universidad Privada de Huancayo “Franklin Roosevelt” . Perú. <http://repositorio.uoosevelt.edu.pe/xmlui/bitstream/handle/ROOSEVELT/16/PLANTAS%20MEDICINALES%20UTILIZADAS%20COMO%20ALTERNATIVA%20DE%20.pdf?sequence=3&isAllowed=y>
4. VILLAVICENCIO GASTELÚ, Jorge Eleodoro. 2017. Tesis Para optar el Grado Académico de Magíster en Estomatología “Efecto antimicótico in vitro del orégano (Origanum vulgare) en cepas de Candida albicans procedentes de la Estomatitis Sub Protésica” Universidad Nacional Mayor de San Marcos. Lima –Perú. [http://cybertesis.unmsm.edu.pe/bitstream/handle/cybertesis/8171/Villavice ncio\\_gj.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://cybertesis.unmsm.edu.pe/bitstream/handle/cybertesis/8171/Villavice%20ncio_gj.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
5. Mayo clinic. Espasmos esofágicos. Atención al paciente e información sobre salud. 2019. <https://www.mayoclinic.org/es-es/diseases-conditions/esophageal-spasms/symptoms-causes/syc-20372250>
6. Ecu Red. Espasmo estomacal.2019. [https://www.ecured.cu/Espasmo\\_estomacal](https://www.ecured.cu/Espasmo_estomacal)

**ANEXOS**  
**UNIVERSIDAD NACIONAL DANIEL ALCIDES CARRION**  
**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD**  
**ESCUELA DE FORMACION PROFESIONAL DE ENFERMERIA**  
**CUESTIONARIO**

**OBJETIVO.-** Identificar las características de las Personas de personas de 15 – 30 años que viven en el Pueblo Joven Columna Pasco:

1.- Nombre y Apellidos:

.....

2.- EDAD:

15 - 20 ( )

21 – 25 ( )

26 - 30 ( )

3.- ESTADO CIVIL:

Soltero : ( )

Casado: ( )

Viudo: ( )

Divorciado : ( )

Otro: ( )

4.- PROCEDENCIA:

.....

5.- INGRESO ECONOMICO FAMILIAR:

Menos de S/. 800.00 ( )

De S/. 801 – 1,100 ( )

Más de S/. 1,101.00 ( )

6.- GRADO DE INSTRUCCION:

Analfabeto: ( )

Primaria incompleta ( )

Primaria completa ( )

Secundaria incompleta ( )

Secundaria completa ( )

Superior incompleto ( )

Superior completo ( )

7.- Conoce Ud. el orégano (origanum vulgare)?

SI ( ) No ( ) Si su respuesta es afirmativa indique sus bondades?.

.....

8.- Conoce las propiedades curativas orégano (origanum vulgare)?

.....

.....

.....

*UNIVERSIDAD NACIONAL DANIEL ALCIDES CARRION*

*FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD*

*ESCUELA DE FORMACION PROFESIONAL DE ENFERMERIA*

*GUIA DE OBSERVACIÓN*

OBJETIVO.- Identificar la relación del uso de del orégano (*origanum vulgare*) en el tratamiento de los espasmos abdominales en personas de 15 – 30 años que viven en el Pueblo Joven Columna Pasco.

ITEM	PROPOSICIONES	SI	NO
01	El uso del orégano ( <i>origanum vulgare</i> ) fue adecuado?		
02	El uso del orégano ( <i>origanum vulgare</i> ) fue medianamente adecuado?		
03	El uso del orégano ( <i>origanum vulgare</i> ) fue inadecuado?		
04	El tratamiento de los espasmos abdominales en personas de 15 – 30 fue favorable?		
05	El tratamiento de los espasmos abdominales en personas de 15 – 30 años fue medianamente favorable?		
06	El tratamiento de los espasmos abdominales en personas de 15 – 30 años fue desfavorable?		



## **Para Qué Sirve El Orégano**



## ¿CÓMO PREPARAR Y UTILIZAR UNA INFUSIÓN DE ORÉGANO?

Ingredientes:

- a) 2 cucharadas de orégano pueden ser seco o fresco.
- b) 1 litro de agua

### MÉTODO DE PREPARACIÓN:

- 1.- Hervir el litro de agua, luego agregue el orégano y deje la mezcla descansar por 15 minutos.
- 2.- Después solo queda beberse, la dosis adecuada es de dos tazas al día por espacio de dos semanas y verá que los espasmos abdominales disminuirán

